

離乳食・幼児食 お助け動画集



おやつに
簡単カップケーキ



簡単！
離乳食の作り方



NEW!

10倍がゆ
ごはんからできます！



白身魚の
ペースト



初めての
かぼちゃペースト



7か月の
とりささみ



離乳食の
始め方おすすめ方



1才6か月～2才頃の食事

「少食で困ってる」「風邪の時の食事は？」
Q&Aやレシピはこちら



5～6か月頃



7～11か月頃



地域支援課 ☎044-856-3308

宮前区 子育てお助けガイド



宮前区役所地域みまもり支援センター
地域ケア推進課
TEL:044-856-3300
FAX:044-856-3237

宮前区で子育てをするあなたへ 「うえるかむ」キャンペーン実施中♡

コロナ禍での初めての育児や新しい場所での生活、溜まった『今』の悩みや不安を解消しませんか？宮前区には子育てサロンなどが多くあり、子育てしている方を応援し、支えたいという思いで活動しています。

妊娠中の方も大歓迎！



「うえるかめマーク」※の表示のあるサロンなどでは、近くで遊べる場所やコロナ禍でも安心して出かけられる場所、困ったときの相談先など、地域の役割立ち情報をお伝えしています。宮前区に転入された方や、区内で子育て中の皆さんの参加をお待ちしています。

※「うえるかめマーク」
宮前区子育て支援関係者連絡会（こしれん）が
転入者の子育てを応援するマーク



各サロンなどの活動情報は区役所HPで！

うおーくするー
ウォークスルー
かし だし え ほん
貸出絵本

だい こう ひょう
大好評!

ほ いく し えら
保育士の選んだ
え ほん さつ
絵本3冊

て づく
手作りおもちゃ
きつ と
キット



ほ いく えん ち いき こ そだ し えん せん た ー ほ いく し えら え ほん せつ と か
保育園、地域子育て支援センターで、保育士の選んだ絵本セットを借りてみませんか。

0さいから6さいまでの「年齢セット」の他、「どうぶつセット」

「たべものセット」「のりものセット」など、

年齢やテーマ別の絵本を3冊1セットでご用意しています。

何がでてくるかは、袋を開けてからの楽しみ！

親子で作れる手作りおもちゃキットも入って、2倍楽しい貸出絵本。

これまでの**1年間**で**1200件以上**の利用がありました。

さあ、お散歩しながら近くの保育園、地域子育て支援センターへGO！



ほん きょうみ
本に興味を
も
持ってきて
うれしいです。



「こんにちは」の
え ほん いっしょ
絵本と一緒に、
こんにちはの
まね
真似をして
いました。

もう こ みやまえ くこう りつ ほ いく えん こ そだ し えん せん た ー ちよくせつ
申し込み：宮前区公立保育園・子育て支援センター(すがお・さぎぬま)に直接

お電話してください

うけつけ じ かん ご ぜん じ ご ご 3 じ (くわしくはHPを見てください)



保育所等・地域連携担当 ☎044-856-3290

さい がい そな し
災害に備えて知っておこう!

さい がい じ しょく じ
**災害時の食事を
離乳食・幼児食にアレンジ**

さい がい じ にゅう よう じ た べ ら れ る しょく じ つく
災害時に乳幼児も食べられる食事の作
り方や備えのポイントをお伝えします。



さい がい じ
**災害時の
お口の健康**

- 水が出ないとき
歯みがきの方法は？
- 何を使って
歯みがきできるの？



にゅう よう じ しょく じ
乳幼児の食事は？

は
歯みがきは どうする？

くわ
詳しくは
こちらから

さい がい こ こころ け あ
災害後の子どもの心のケア

- どんな変化に気を付ける？
 - どんな声かけをすればよい？
- こう 認 しん り し りん し ゃう しん り し
公認心理師(臨床心理士)が
お伝えします♪



ぼう さい
**防災をきっかけに
考える地域づくり**

- 災害に備えて今から
できることはあるかな？
- 災害時に必要な3つの役割
「自助」「共助」「公助」ってなあに？



地域支援課 ☎044-856-3308